

Pornografía en el Internet: Una amenaza moderna para los matrimonios y las familias

El problema de la adicción a la pornografía ha crecido de forma impresionante en estos últimos años, principalmente, por su desmesurada presencia en el Internet

Por: Gerald Korson



Enrique parecía tenerlo todo—un matrimonio con amor, cuatro hijos pequeños y un sólido cargo administrativo de mando medio en una corporación financiera local. Él y su familia vivían en los suburbios y eran muy activos en su parroquia local, en donde él participaba en el ministerio musical. A los 35 años, Enrique estaba listo para que lo ascendieran a un cargo administrativo más alto y más lucrativo.

Él siempre trabajaba largas horas, tanto en la oficina como en la casa pero, en estos últimos meses, Enrique había empezado a mostrar síntomas de cansancio. Su esposa e hijos lo notaban distante, irritable y deprimido y él pasaba cada vez más y más tiempo frente a la computadora. Con frecuencia él se perdía de asistir a las reuniones familiares aduciendo que tenía que trabajar. Hasta sus compañeros de trabajo se dieron cuenta de un cambio negativo en su humor, su eficiencia y su productividad. Enrique ya no era el mismo de antes.

Una noche, ya tarde, todo su mundo se le vino abajo a Enrique cuando Ana, su hija de 11 años, se le acercó y vio que él estaba viendo por Internet un video de un hombre y una mujer en plenos actos sexuales. Llena de horror, Ana corrió donde su madre y le conto todo y, de esta manera, su familia, desilusionada de inmediato, tuvo que enfrentar una dura realidad.

Trágicamente, la situación de Enrique no es única. Aunque la pornografía ha existido a través de los siglos, el problema de la adicción a la pornografía ha crecido de forma impresionante en estos últimos años, principalmente, por su desmesurada presencia en el Internet.

El doctor Patrick Carnes, quien en 1983 fue el primero que propuso la idea de que una persona puede volverse adicta al sexo, dice que la adicción a la pornografía por Internet es “como el crack de la adicción sexual”. Así como sucede con el crack, al usuario del Internet no le toma mucho tiempo volverse adicto y eso se convierte en realidad en muy pocas semanas. Y, así como sucede con el crack, el ver pornografía por Internet en forma constante crea un ciclo de adicción muy fuerte el cual es extremadamente difícil de romper sin la ayuda de un experto.

Estos son algunos de los efectos devastadores de la pornografía por Internet en el matrimonio, la familia y el individuo:

Por lo general, la pornografía conduce al desenlace de un matrimonio.

- (1) Destruye la confianza y la intimidad dentro de la relación de la pareja y, con frecuencia, conduce al desenlace del matrimonio en sí.**
- (2) Crea obstáculos para una verdadera comunicación y una interacción personal con el cónyuge y con los demás.**
- (3) Estimula en el adicto a la pornografía una visión distorsionada de la sexualidad que le puede ocasionar el deseo de comportarse de una manera más riesgosa, perversa y hasta criminal.**
- (4) Esto aparta a la persona de la vida familiar y de su relación con Dios y establece un patrón destructivo para sus hijos.**

Se ha convertido en una epidemia

La adicción a la pornografía es una epidemia que ha ido creciendo en la era del Internet. (Ver Porn by the Numbers). Algunos estimados dicen que cerca de un 50% de los hombres que asisten a la iglesia hacen uso de la pornografía, una cifra que no difiere mucho del porcentaje de uso entre la población masculina adulta en general.

Para Robert Peters, presidente de Morality in Media, el Internet es el factor principal en el incremento del uso de la pornografía.

Peters dice: “cuando hablamos del Internet, generalmente se mencionan tres cosas: el acceso, la capacidad de pago y el anonimato. Algunas veces yo agrego una más: la adicción. La pornografía es adictiva en cualquier medio, pero cuando a uno se le presentan tantas oportunidades con sólo apretar un botón en el teclado y uno es tan astuto que logra esconder todo esto de los demás, entonces es muy fácil para la persona alimentar la adicción a la pornografía”.

Estos factores también facilitan el acceso de los niños y de los adolescentes a la pornografía, según lo manifiesta el doctor Richard Fitzgibbons, director del Institute for Marital Healing, ubicado cerca de Filadelfia.

“Desafortunadamente, los niños que están en las escuelas primarias y secundarias pueden, a una tierna edad, crearse un gran y horrible problema con la pornografía”, dice Fitzgibbons. “Ellos asisten a la escuela y conversan con sus amigos acerca de estos sitios pornográficos. Si no fuera por el Internet, estos muchachos no estarían sumergidos en ese mundo de fantasía”.

Las estadísticas arrojan lo siguiente: Según los estudios, el 90 por ciento de los niños de 8 a 16 años han visto pornografía en línea y los menores de 12 a 17 años constituyen el grupo más numeroso de los usuarios de pornografía por Internet.

¿Cómo se desarrolla la adicción a la pornografía?

El hábito de mirar pornografía por Internet puede empezar como una simple curiosidad, ya sea al encontrar un aviso publicitario o un mensaje electrónico algo picante o, al caer de casualidad, en uno de esos sitios en línea. Un hombre pudiese seguir explorando la pornografía en línea porque siente que esto llena una necesidad real o imaginaria, nos dice Mark Houck, cofundador y presidente de The King’s Men, un apostolado católico cuya sede está ubicada en el área de Filadelfia.

“Quizás él se sienta estresado por su trabajo o esté algo aburrido de su vida o esté buscando algún tipo de entretenimiento”, agrega Houck. “Cualquiera que sea su caso, esto empieza con una falsa percepción de su parte, creyendo que estas mujeres y las imágenes que él ve por Internet van a satisfacer sus necesidades. La verdad es que eso nunca va a satisfacer sus necesidades y luego se va a encontrar en una situación peor de la que estaba antes... Él está usando la pornografía como sustituto de una relación humana genuina y eso lo hace sufrir”.

Los factores que pudiesen conducir al desarrollo del hábito de mirar pornografía incluyen el estrés, los conflictos conyugales, el egocentrismo o el “principio del placer” un término freudiano para calificar el deseo de evitar el dolor y buscar la satisfacción inmediata. Algunas veces hay una causa que contribuye a esto y que Fitzgibbons llama “la soledad dentro del matrimonio”.

“La pareja se ha distanciado dentro del hogar”, dice Fitzgibbons. “Ellos se aman pero no están juntos, especialmente en las noches. Ellos se encuentran en habitaciones separadas y hasta en diferentes pisos dentro de la casa. Ese es el peor error”.

Otros conflictos emocionales y personales que pudiesen llevar a la adicción incluyen: una pobre imagen corporal, un excesivo sentido de responsabilidad, la falta de equilibrio en su vida, la desconfianza en los demás, el aislamiento social, la falta de aceptación de parte de sus semejantes y una ira reprimida. Con frecuencia, estos rasgos están arraigados en las experiencias negativas que sufrieron en sus años formativos de la infancia. Otro factor principal que incrementa la vulnerabilidad a la adicción a la pornografía es si uno de sus padres miraba pornografía o era adicto a ella.

Cualesquiera que sean las causas raíces, la atracción de un hombre hacia las imágenes pornográficas pueden producir en él un estado mental “elevado” que le brindan un breve escape de cualquier estrés o desdicha que esté viviendo en su vida cotidiana.

Con el tiempo, la adicción a la pornografía se va intensificando.

Gradualmente, la adicción a la pornografía se va intensificando según vaya haciéndose más tolerante de los diversos niveles de experiencias en línea. Pueda ser que él empiece a buscar pornografía más explícita o perversa. Esto puede atraerlo a las salas de conversación (chat rooms) en donde los usuarios de Internet pueden encontrarse en línea.

Para algunos hombres adictos a la pornografía, la obsesión puede llegar a tal punto que las imágenes y los encuentros en línea ya no logran satisfacer sus deseos. Entonces buscan ser protagonistas de sus propias fantasías pornográficas, por ejemplo, teniendo una aventura amorosa, buscando encuentros sexuales casuales, utilizando prostitutas, yendo a “clubes para caballeros”, participando en actos de voyerismo e, inclusive, en el abuso sexual de otra persona.

Dónde buscar ayuda

Al final, la anonimidad termina cuando el secreto sale a la luz. Según va creciendo la adicción, sus habilidades cognitivas van disminuyendo y empieza a tomar muchos riesgos. Su comportamiento cada vez más arriesgado y sus esfuerzos para esconder sus problemas empiezan a suscitar sospechas entre sus familiares y sus compañeros de trabajo. Su esposa, o alguno de sus hijos, pueden encontrarlo mirando pornografía o descubren su secreto por casualidad cuando él deja una página web abierta o una foto o mensaje electrónico incriminatorio en la pantalla, o no llega a borrar en el historial de su navegador las páginas pornográficas que visitó.

El incremento en la adicción a la pornografía ha traído consigo un incremento en la cantidad de hombres y de parejas que buscan ayuda para superar este problema, aunque al hombre, por lo general, no es el primero en buscar ayuda, dice Fitzgibbons.

Con frecuencia las esposas consideran que el uso de la pornografía es tan dañino como el adulterio.

“Algunas veces es el hombre pero, con más frecuencia, son las esposas quienes primero se dan cuenta que sus esposos tienen este problema,” agrega Fitzgibbons. La mayoría de las esposas consideran que el uso de la pornografía por parte de sus esposos es una traición tan fuerte y tan dañina como si hubiesen cometido adulterio.

“El impacto nocivo en sus matrimonios es bastante profundo”, dice Fitzgibbons. “He escuchado a muchas mujeres decir que, para ellas, esto es el equivalente a haber sostenido una relación amorosa. Algunas de ellas les dicen a sus esposos: ‘A menos que tú abordes este asunto y lo resuelvas, este matrimonio no va a sobrevivir ya que lo que yo siento es una tremenda traición’. Ellas dicen: ‘Cuando tú haces eso, no estás pensando en mí. Tu corazón está cometiendo adulterio’. Y para eso no tenemos respuesta”.

Un arduo camino hacia la rehabilitación

La mayoría de los terapeutas concuerdan que mirar pornografía por Internet en forma obsesiva puede calificarse como una adicción conductual. Cuando un hombre ve las imágenes, la satisfacción que las acompaña tiende a establecer un “cableado” neuroquímico en su cerebro y fija una impresión permanente en su memoria lo que algunos doctores llaman el “erototoxin effect”, o sea, el efecto de los químicos que secreta el cerebro en esos momentos.

Mark Houck, de The King’s Men, lo explica en palabras sencillas: “Superar la adicción a la pornografía es más difícil que superar la adicción a la heroína. Cuando la persona se rehabilita de una adicción a las drogas, hay un período de desintoxicación de la droga. Cuando se trata de la pornografía uno puede desintoxicarse, pero las imágenes que se grabaron en el cerebro nunca desaparecen. Eso da miedo, ¿verdad?

Ya que la compulsión a la adicción a la pornografía tiene tantas de las mismas causas y efectos de un adulterio, el tratamiento y el asesoramiento son muy parecidos, dice el doctor Fitzgibbons. (Ver [How to Strengthen Your Marriage After Porn Addiction](#)).

“En el caso de un adulterio, la esposa diría: ‘Quiero saber todos los detalles’. Así que usted tiene que ser totalmente abierto, transparente y honesto acerca de todos los errores que usted haya cometido, cuándo, dónde y por qué”, agrega. “Luego debe haber un profundo sentimiento de dolor, un arrepentimiento. Por lo tanto, el tratamiento es exactamente igual que en el caso de adulterio en el sentido que debe haber un verdadero compromiso para identificar los problemas y resolverlos”.

El restablecimiento de la confianza en el cónyuge es, en sí, una tarea difícil. Es necesario que el marido responda, de la forma más paciente, extensa y frecuente, todo lo que la esposa quiera saber. El deberá prestarle mucha más atención y concentrarse más en la amistad conyugal de la pareja. Con el tiempo, si él demuestra que puede ser casto y responsable, podrá renacer en su esposa la confianza que ella le tenía.

Como parte del proceso de recuperación, y como medida preventiva, es necesario que el esposo y la esposa establezcan una buena comunicación interpersonal y que, juntos, compartan su tiempo dedicándolo a la familia, en otras palabras, deberán construir y mantener una fuerte amistad conyugal.

“La amistad conyugal se basa en la conversación, en la comunicación, en el estar presente para el otro—no sólo para sentarse a ver la televisión sino tomarse el tiempo para discutir asuntos comunes o hacer cosas juntos, inclusive, orar juntos”, agrega Fitzgibbons.

Aunque las clínicas para el tratamiento y los grupos de apoyo pueden ser de mucha utilidad, Fitzgibbons enfatiza la necesidad de tener un sólido componente espiritual si es que un hombre desea abordar y superar su adicción de manera eficaz.

“Hemos visto un gran éxito cuando existe el componente espiritual dentro del proceso de recuperación,” agrega Fitzgibbons. “El Señor no quiere que esta oscuridad interfiera con el gran sacramento del matrimonio”.

La oración, la recepción frecuente de los sacramentos, el estudio de la Biblia y los grupos de apoyo pueden ser de mucha utilidad dentro del proceso de recuperación.

La enseñanza católica de la Iglesia sobre la castidad y la pornografía:

El Catecismo de la Iglesia Católica, #2354

El Catecismo Católico de los Estados Unidos para los adultos, capítulo 30

U.S. Conference of Catholic Bishops, Renovar la mentalidad de los medios de comunicación (Declaración para superar la explotación del sexo y de la violencia en las comunicaciones)

Comprados a gran precio: La pornografía, un ataque al templo vivo de Dios, carta pastoral del Obispo Paul Loverde